



**OPRACOWANIE**  
**zawierające wykorzystane procedury, metody i spodziewane efekty**  
**zastosowanych rozwiązań**

**Innowacja społeczna realizowana przez Stowarzyszenie „Dziedzictwo Jagiellońskie”  
pod nazwa**

**INKUBATOR AKTYWNOŚCI SPOŁECZNO – ZAWODOWEJ**  
**OSÓB ZALEŻNYCH JAKO WSPARCIE DLA RODZICÓW I**  
**OPIEKUNÓW**

**w ramach projektu**

**„Chcemy pracować - innowacje w zakresie usług opiekuńczych dla osób zależnych”**

**(współfinansowany ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego**

**IV Oś Priorytetowa Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój**

**Działanie 4.1: Innowacje społeczne)**

  
**Za zgodność**  
**z oryginałem**  
2018 - 06 - 27



## SPIS TREŚCI:

---

1. Zajęcia terapeutyczne z zakresu rewalidacji.....	1
2. Zajęcia terapeutyczne z zakresu integracji sensoryczno – motorycznej.....	5
3. Zajęcia manualne.....	7
4. Zajęcia terapeutyczne z zakresu zaburzeń i odchyleń uniemożliwiających funkcjonowanie w życiu społecznym.....	10
5. Zajęcia z zakresu psychoedukacji.....	12
6. Zajęcia fotograficzne.....	14
7. Zajęcia komputerowe.....	16
8. Indywidualna psychoterapia dla rodziców/opiekunów.....	18
9. Indywidualne poradnictwo socjologiczne dla rodziców/opiekunów osób zależnych.....	21
10. Indywidualne doradztwo zawodowe dla rodziców/opiekunów osób zależnych.....	27
11. Szkolenie zawodowe dla rodziców / opiekunów osób zależnych.....	29
12. Wizyty studyjne w wybranych miejscach.....	33
13. Karta inwentaryzacji osobistych zainteresowań i preferencji zawodowych (IOZiPZ).....	43

  
Za zgodność  
z oryginałem  
2018-06-27



## 1. ZAJĘCIA TERAPEUTYCZNE Z ZAKRESU REWALIDACJI

Rewalidacja jest działalnością terapeutyczno – wychowawczą, czyli wielostronną stymulacją, opieką, nauczaniem osób o zaburzonej percepcji rzeczywistości. Celem oddziaływań rewalidacyjnych jest rozwój i aktywizowanie wszystkich właściwości intelektualnych i osobowości oraz usprawnianie sfer w których rozpoznano deficyty rozwojowe.

### Dwa aspekty pracy rewalidacyjnej:

- **terapeutyczny** – wyrównanie defektów rozwojowych poprzez odpowiednie oddziaływanie leczniczo-wychowawcze oraz kształtowanie akceptowanych społecznie właściwości osobowościowych
- **dydaktyczny** – uzupełnienie luk w przyswojonym przez osobę materiale nauczania.

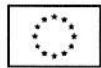
W celu osiągnięcia założeń działań w zakresie rewalidacji należy zajęcia skonstruować w szczególny sposób. Podczas zajęć uczestnicy powinni rozwijać się w następujących obszarach:

- rozwijanie i doskonalenie zmysłów
- orientacja własnego ciała i orientacja przestrzenna
- ćwiczenia analizy i syntezy wzrokowej
- rozwijanie koordynacji wzrokowo – słuchowej i słuchowo – ruchowej
- doskonalenie sprawności manualnej i motorycznej
- kształcenie i rozwijanie procesów poznawczych
- rozwijanie procesów myślenia
- ćwiczenie koncentracji uwagi
- rozwijanie i doskonalenie mowy
- usprawnianie rozumienia elementarnych pojęć matematycznych.

### Podstawowe cele zajęć rewalidacyjnych:

- **usprawnianie najmniej zaburzonych funkcji**

  
Za zgodność  
z oryginałem  
2018-06-27



- **stymulowanie i korygowanie zaburzonych funkcji** (dot. percepcji wzrokowej, spostrzegawczości, koordynacji wzrokowo – ruchowej, orientacji w schemacie ciała oraz orientacji kierunkowo – przestrzennej)
- **wzmacnianie wiary we własne siły oraz utrzymanie dobrej motywacji pracy**
- **utrwalenie wiadomości i umiejętności nabytych podczas zajęć**

#### Szczegółowe cele zajęć rewalidacyjnych:

➤ **Stymulowanie rozwoju poznawczego poprzez:**

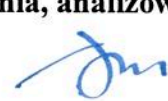
- czytanie i omawianie tekstów o różnorodnej treści,
- wykorzystanie przekazów multimedialnych do pobudzania zainteresowań otaczającym światem,
- oglądanie i rozmowy na podstawie ilustracji, zdjęć, albumów, dzieł sztuki.

➤ **Stymulowanie rozwoju społecznego poprzez:**

- rozmowy kierowane,
- działania na rzecz klasy,
- omawianie ilustracji przedstawiających sytuacje społeczne – kształtowanie poczucia sprawczości i odpowiedzialności,
- kształtowanie pozytywnych postaw do życia i współdziałania w grupie,
- rozpoznawanie, nazywanie i opisywanie różnych stanów emocjonalnych u siebie i innych osób,
- uświadamianie sobie własnych emocji i przyczyn, które je wywołują,
- kształtowanie zaradności, obycia, umiejętności realizacji własnych celów,
- kształtowanie mocnych stron charakteru oraz umiejętności pokonywania trudności,
- ukierunkowanie na potrzeby innych, życzliwość.

➤ **Ćwiczenia rozwijające umiejętność logicznego myślenia, analizowania, dedukowania, abstrahowania:**

- rozwiązywanie łamigłówek, rebusów, zagadek,
- rozwiązywanie zadań tekstowych,
- zabawy puzzlami, klockami logicznymi i innymi zabawkami edukacyjnymi.

 Za zgodność z oryginałem

2018-06-27



➤ **Rozwijanie umiejętności matematycznych:**

- rachunek pamięciowy,
- zadania z zastosowaniem poznanych reguł i zasad matematycznych,
- wykorzystanie umiejętności matematycznych w życiu.

➤ **Ćwiczenia usprawniające pamięć:**

- gry rozwijające logiczne myślenie (Skrable, memory),
- zagadki graficzne,
- tworzenie krótkich tekstów z rozsypanki wyrazowej jako odtworzenie tekstu słyszanego, opisu ilustracji,
- odczytywanie ułożonego tekstu,
- układanie tekstu w oparciu o ilustrację i czytanie głośne całymi wyrazami,
- rozwiązywanie zadań w oparciu o uprzednio przeczytany tekst,
- rozwiązywanie zadań zgodnie z wytycznymi podanymi w poleceniu,
- powtarzanie sylab i połączeń sylabowych,
- zapamiętywanie układów przedmiotów, ich wzajemnego położenia, liczby, kształtów,
- układanie lub rysowanie z pamięci demonstrowanych uprzednio wzorów.

*Za zgodność  
z oryginałem*

2018-06-27

**Tematyka zajęć rewalidacyjnych**

Temat	Treść zajęć
<b>Integracja.</b>	Nauka umiejętności współdziałania z innymi i mówienia o sobie.
<b>Kim jestem?</b>	Kształtowanie świadomości o samym sobie.
<b>Dbanie o wygląd zewnętrzny i higienę osobistą.</b>	Uzupełnianie wiedzy uczestników na temat higieny osobistej, wyrabianie wrażliwości estetycznej.
<b>Samoocena.</b>	Czy lubię siebie? Bilans mocnych i słabych stron. Budowanie pozytywnego obrazu samego siebie, rozwijanie umiejętności nazywania swoich mocnych i słabych stron.
<b>Odkrywanie własnych umiejętności i możliwości.</b>	Analiza własnych zdolności.
<b>Współpraca w grupie.</b>	Kształtowanie umiejętności pracy w grupie, prawidłowych zachowań, poprawa komunikacji między uczniami.



<b>Rozpoznawanie, nazywanie i panowanie nad emocjami.</b>	Wyrobienie zdolności rozpoznawania i nazywania emocji, własnych i cudzych.
<b>Umiejętność radzenia sobie w trudnych sytuacjach – wyrażanie emocji.</b>	Kontrola negatywnych emocji – złość, gniew, wściekłość. Kształtowanie umiejętności odróżniania akceptowanych i nieakceptowanych społecznie sposobów wyrażania emocji/uczuć oraz zdolności radzenia sobie ze złymi emocjami.
<b>Radzenie sobie ze stresem.</b>	Rozwijanie zdolności rozpoznawania stresu i radzenia sobie z nim.
<b>Stawianie i przestrzeganie granic.</b>	Nauka umiejętności określania własnych granic, uświadomienie, jak powinna przebiegać granica między obcymi ludźmi.
<b>Asertywność.</b>	Kształtowanie zachowań asertywnych.
<b>Umiejętność stawiania sobie realistycznych celów.</b>	Uczenie i doskonalenie umiejętności stawiania sobie w życiu celów możliwych do zrealizowania.
<b>Umiejętność planowania.</b>	Uczenie i doskonalenie umiejętności planowania różnych sytuacji.

## PODSUMOWANIE OSIĄGNIĘĆ OPISYWANYCH ZAJĘĆ W RAMACH

TESTOWANEJ INNOWACJI (wskazówka z zakresu wyników zastosowanych metod):

Uczestnicy chętnie uczestniczyli w zajęciach, ponieważ mieli możliwość korzystania z licznych pomocy naukowych, takich jak gry świetlicowe, plansze, zestawy krzyżówek, rozsypywanki literowe i cyfrowe, karty logiczne, układanki wyrazowe.

**Aktywizujące metody pracy pozwalały uczestnikom na prezentowanie zdobytych wcześniej umiejętności (nabytych podczas zajęć).**

W konsekwencji zastosowanych metod wyraźnie wzrosła samoocena uczestników zajęć, poprawiła się komunikacja językowa, a wykonywane ćwiczenia dowodziły, że wydłużyły się okresy koncentracji uwagi, jak również dynamiki nabrały procesy myślowe.

 Za zgodność z oryginałem

### UWAGA!!!

Co pozwoliło osiągnąć zamierzone cele?

2018-06-27

***Dostosowanie ćwiczeń do możliwości intelektualnych każdego uczestnika, wspieranie go na każdym etapie, motywowanie do wysiłku, indywidualizacja metod.***



## 2. ZAJĘCIA TERAPEUTYCZNE Z ZAKRESU INTEGRACJI SENSORYCZNO – MOTORYCZNEJ

Zaburzenia integracji sensorycznej to złożona dysfunkcja układu nerwowego zaburzająca rozwój dzieci i osób dorosłych. Ludzie z zaburzeniami przetwarzania sensorycznego nieprawidłowo interpretują odbierane bodźce sensoryczne takie, jak dotyk, dźwięk i ruch. Jedni mogą czuć się nadmiernie pobudzeni ilością bodźców (hałas, dotyk, zbyt wiele ważeń wzrokowych), inni z kolei poszukiwać intensywnych doznań sensorycznych (np. duże zapotrzebowanie na kontakt fizyczny, przytulanie lub problem z wyciszeniem się), a inni wykazywać symptomy np. wycofania, lęklności, braku wiary we własne możliwości. Dysfunkcje sensoryczne odpowiadają za to w jaki sposób mózg interpretuje informacje oraz reaguje na nie (emocje, reakcje ruchowe, koncentracja i inne).

**Najlepszą terapią zaburzeń integracji sensorycznej są zajęcia ruchowe.**

### **Główne cele i zadania usprawniania ruchowego to:**

- poprawa ogólnej sprawności motorycznej
- wzmocnienie siły mięśniowej
- eliminowanie ograniczeń w stawach
- poprawa krążenia i zwiększenie pojemności życiowej płuc
- dostarczanie prawidłowych wzorców psychomotorycznych w tym budowanie i uzyskanie wzorca prawidłowej postawy i prawidłowego przenoszenia ciężaru ciała
- stymulacja koordynacji wzrokowo – ruchowej, wzrokowo – słuchowej oraz wzrokowo-ruchowo-czuciowej
- odczuwanie własnego ciała
- wiara we własne siły
- wzmocniania poczucia godności

  
Za zgodność  
z oryginałem  
2018-06-27




Głównym celem przeprowadzonych zajęć było usprawnianie ruchowe, tj. przywrócenie maksymalnej sprawności fizycznej połączonej ze stymulacją sensoryczną dostosowana do potrzeb uczestnika innowacji poprzez wprowadzanie elementów terapii integracji sensorycznej. Zajęcia rehabilitacji ruchowej przyczyniły się do zwiększenia ruchomości w stawach, zwiększenie siły mięśniowej podnosząc tym samym funkcjonalność organizmu jako całość. Zajęcia odbywały się na sali gimnastycznej.

### **UZYSKANE EFEKTY OPISYWANYCH ZAJĘĆ PRZEPROWADZONYCH W RAMACH INNOWACJI (wskazówka z zakresu wyników zastosowanych metod):**

- poprawa samooceny i wiary w siebie,
- poprawa koordynacji, równowagi, motoryki małej i dużej,
- aktywizacja uczestników innowacji i motywowanie ich do podejmowania nowych, trudniejszych zadań,
- poprawa koncentracji i skuteczności wykonywanych zadań,
- zmniejszenie wrażliwości dotykowej oraz objawów nadpobudliwości psychoruchowej oraz kontrolowanie swoich reakcji na otoczenie.

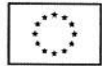
Ponadto uczestnikom zajęć przekazano niezbędne informacje pozwalające im na samodzielne kontynuowanie ćwiczeń w ramach terapii sensorycznej. Poinformowano, że tylko długotrwałe systematyczne ćwiczenia w obszarze integracji sensorycznej są w stanie skutecznie poprawić funkcjonowanie człowieka.

 Za zgodność  
z oryginałem

2018-06-27

### **TEMATYKA ZAJĘĆ W RAMACH TERAPII SENSORYCZNO – MOTORYCZNEJ:**

1. Odbieranie bodźców zewnętrznych poprzez zmysły: dotyk, układ przedsionkowy odbierający ruch, czucie ciała, węch, smak, wzrok, słuch (ćwiczenia).
2. Stymulacja układu przedsionkowego i prioprioceptywno – dotykowego; rozwijanie reakcji równoważnych: stabilizacji centralnej, reakcji posturalnych (ćwiczenia).
3. Usprawnianie odruchów przedsionkowych; stosowanie technik poprawiających procesy modulacji w obrębie ośrodkowego układu nerwowego (ćwiczenia).



4. Poprawa kontroli posturalnej poprzez wyhamowanie przetrwałych odruchów; poprawa reakcji równoważnych – kontrola czucia ciężaru ciała i przenoszenie ciężaru ciała (ćwiczenia).
5. Normalizacja układu dotykowego; normalizacja układu słuchowego; aktywności rozwijające różnicowania dotykowe.
6. Poprawa percepcji wzrokowej poprzez normalizację ruchu oczu; usprawnianie precyzji ruchów palców (ćwiczenia grafomotoryczne).
7. Kopiowanie i rysowanie figur (ćwiczenia manualne).

### 3. ZAJĘCIA MANUALNE

Aktywizacja uczestników i prawidłowa organizacja zajęć terapeutycznych i czasu wolnego stanowi niewyczerpane źródło możliwości wychodzenia naprzeciw specyficznym potrzebom rozwojowym osób niepełnosprawnych intelektualnie. Terapia zajęciowa spełnia szczególnie ważną funkcję w życiu biopsychicznym, utrzymując niezbędną dla nich równowagę w pracy ośrodkowego układu nerwowego. Ważne jest przy tym zapewnienie poczucia bezpieczeństwa i akceptacji, a także stałej gotowości otoczenia do rozumienia ich zachowań i zaspakajania potrzeb.

**Aktywność jest warunkiem prawidłowego rozwoju, umożliwia prowadzenie twórczego życia. Jej brak daje poczucie nieprzydatności, krzywdy, izolacji i osamotnienia.**

#### **Celem zajęć terapeutycznych usprawniania manualnego było:**

- utrzymanie sprawności fizycznej (zabawy ruchowe)
- nauka współżycia w grupie
- rozwijanie różnych zainteresowań
- pobudzanie zaradności życiowej
- likwidowanie nudy i jednostajnego trybu życia.

  
**Za zgodność  
z oryginałem**  
2018 -06- 27

#### **Zastosowane formy pracy:**

- zajęcia plastyczne

- gry i zabawy
- rozwiązywanie zagadek, rebusów itp.

Sztuka jest ważnym elementem procesu rewalidacyjnego, ponieważ sprzyja ogólnemu rozwojowi, integracji, usprawnianiu funkcji psychicznych i fizycznych, łagodzeniu napięcia osób nadpobudliwych i pobudza do działania. Poprzez sztukę uczestnik testowanej innowacji poznawał wartości kulturowe regionu, rozwijał postawy patriotyczne, aktywizował wrażliwość i wyobraźnię.

Wykonywanie prac plastycznych przyczyniło się do lepszego poznania nie tylko technik plastycznych, ale także otaczającej rzeczywistości, otworzyło psychikę na wrażenia słuchowe i wzrokowe, prowokowało do marzeń i skupienia uwagi.

**Zajęcia plastyczne zacieśniały więzi w grupie.**

**UZYSKANE EFEKTY OPISYWANYCH ZAJĘĆ PRZEPROWADZONYCH W RAMACH TESTOWANEJ INNOWACJI (wskazówka z zakresu wyników zastosowanych metod):**

**Uczestnicy poprzez udział w zajęciach mieli okazję:**

- odnieść sukces
- zaprezentować własną wrażliwość
- nabyć pewności siebie

**Ponadto uczestnicy:**

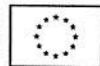
- chętniej współpracowali i wzajemnie sobie pomagali
- akceptowali swoją pracę
- nabyli wiary we własne możliwości
- łatwiej wyrażali swoje uczucia i przeżycia
- byli bardziej aktywni

  
**Za zgodność  
z oryginałem**

2018-06-27

**TEMATYKA ZAJĘĆ:**

1. Projektowanie i wykonywanie witraży technika kolorowania; kolorowanie witraży kredkami, zwrócenie uwagi na dobór kolorów.



2. Wykonywanie wycinanek z motywami kurpiowskimi i charakterystycznymi dla regionu radomskiego.
3. Wykonywanie kartek okolicznościowych z motywem kwiatowym wykonane techniką ruloników bibułkowych naklejanych na wazonik.
4. Kwiaty bibułkowe jako element ludowej kultury; wykonywanie bukietów bibułkowych.
5. Składanie serwet jako element dekoracyjny stołu; wesoły masaż relaksacyjny „szarlotka”.
6. Przygotowanie dekoracji na świąteczny stół; wycinanie aniołków, gwiazd; malowanie bombek na choinkę.
7. Wykonywanie ozdób choinkowych z wykorzystaniem różnych technik plastycznych; ocena własnej pracy.

**Przykładowy scenariusz z zakresu zajęć manualnych:**

**Temat:** *Usprawnianie sprawności manualnych i koordynacji wzrokowo –słuchowo - ruchowej.*

**Prowadzący:** *specjalista + asystent*

**Cele:**

*Reagowanie na polecenia słowne.*

*Doskonalenie znajomości schematu ciała.*

*Rozwijanie sprawności manualnych.*

**Metoda pracy:**

*Elementy metody integracji sensorycznej.*

**Pomoce dydaktyczne:**

*Muzyka , taśma, zestaw do boccii, zdjęcia*

**Przebieg zajęć:**

1. Powitanie grupy
2. Określenie swojego samopoczucia na podstawie rysunku, omówienie go
3. Dopełnianie do dziesięciu – uczestnicy siadają na krzesłach naprzeciwko siebie , jeden z uczestników rzuca piłkę do drugiego podając jakąś liczbę od 0 do 10. np. 3 - zadaniem uczestnika jest dopełnić do dziesięciu - 7, następnie uczestnik wypowiada swoją liczbę od 0

*dm*  
Za zgodność  
z oryginałem

2018-06-27



do 10 i rzuca piłkę do kolegi/ koleżanki, itd.

4. Uczestnicy ustawiają się jedno za drugim i przekazują sobie wzajemny rysunek wykonany dłonią na plecach „ostatnie” zgaduje co to za rysunek.

5. Plastyczna działalność młodzieży - wykonywanie rysunków na zadany temat.

6. Mini turniej w boccie.

7. „Kto to taki” – uczestnicy losują ilustrację przedstawiającą ludzi w różnym wieku.

Gestem, mimiką, ruchem mają je tak przedstawić, aby pozostałe osoby mogły je rozpoznać (niemowlę, uczeń z tornistrem, dziewczynka z piłką, staruszek z laską itd.).

8. Zakończenie – podziękowanie za pracę, wystawa prac.

#### 4. ZAJĘCIA TERAPEUTYCZNE Z ZAKRESU ZABURZEŃ I ODCHYLEŃ UNIEMOŻLIWIAJĄCYCH FUNKCJONOWANIE W ŻYCIU SPOŁECZNYM

Zajęcia przystosowane do życia społecznego miały na celu wdrożyć uczestników do intensywnej komunikacji społecznej, która jest źródłem sukcesu w wielu dziedzinach życia. Tematyka zajęć obejmowała zagadnienia uporządkowane chronologicznie począwszy od komunikacji wśród członków rodziny, poprzez komunikację w grupie rówieśniczej, środowisku życia, a skończywszy na komunikacji z przyszłym pracodawcą. Gry dramatyczne osadzone w tematyce zajęć były swoistym treningiem zachowań w określonych sytuacjach społecznych. Miały na celu pomóc uczestnikom nawiązywać właściwe relacje z innymi ludźmi.

Zajęcia uświadomiły uczestnikom, że komunikacja językowa, chociaż najważniejsza, nie jest jedyną formą komunikacji, bo istnieją także sposoby pozawerbalne.

##### Uczestnicy testowanej innowacji uczyli się:

- zabierać głos w dyskusji
- formułować spostrzeżenia
- w sposób rzeczowy odpowiadać na pytania
- zadawać pytania prowadzące do rozwiązania problemu

  
Za zgodność  
z oryginałem

2018-06-27



- prosić o pomoc i przyjmować oferowaną pomoc
- wyrażać w sposób kontrolowany i kulturalny swoje emocje
- nazywać uczucia towarzyszące określonym sytuacjom społecznym
- otwierać się na komunikację z innymi ludźmi
- właściwie prowadzić autoprezentację z uwzględnieniem komunikatu językowego i pozawerbalnego
- przezwyciężać treść w nawiązywaniu kontaktów

**Obserwacja uczestników pozwoliła na określenie zmian wywołanych zajęciami z tego modułu.** Wyraźnie podwyższyła się ich samoocena. Stali się bardziej otwarci, odważni w zabieraniu głosu w proponowanych rozmowach. Znajdowali przyjemność w wyrażaniu własnych opinii. Chętnie uczestniczyli w dyskusjach, wypowiadali się na temat swoich oczekiwań, marzeń, planów życiowych. Wspierali się podczas zajęć i uczyli tolerancji dla inności.

#### TEMATYKA ZAJĘĆ:

1. „*Słowa między ludźmi*” – formy grzecznościowe w języku polskim; gry dramatyczne z zastosowaniem zwrotów grzecznościowych; język mówiony a język pisany: list, e-mail, sms, karta okolicznościowa.
2. „*Mowa ciała*” – pozajęzykowe formy porozumiewania się; gest, mimika, postawa – ich znaczenie w porozumiewaniu się z innymi.
3. „*Jak cię widzą, tak cię piszą*” - o tym jakich informacji o sobie dostarczamy poprzez formy zachowania się w określonych sytuacjach społecznych; drama – dialogi improwizowane i układane.
4. „*Ja i moja rodzina*” - o sposobach porozumiewania się między członkami własnej rodziny; wyrażanie uczuć i emocji.
5. „*Role społeczne*” np. matka, ojciec, dziecko, brat, siostra, sąsiedzi itp.; gry dramatyczne uwzględniające różnice między osobami; gromadzenie słownictwa do charakterystyki osób.
6. „*Ja w grupie rówieśniczej*” - rola przyjaźni i miłości w życiu człowieka; cecha dobrego przyjaciela, przyjaźń jako niezbędny element życia społecznego.

Za zgodność  
z oryginałem



7. „*Słowa codzienne i odświętne*” - ćwiczenia stylistyczne: układanie życzeń okolicznościowych (imieniny, urodziny, Walentynki, święta); gry dramatyczne – składanie życzeń, wręczanie kwiatów i upominków.
8. „*Prezentowanie własnej osoby*” - przygotowanie do autoprezentacji, intencją autoprezentacji, lista cech pozytywnych, sposób prezentacji – gest, język, ubiór.
9. „*Ja na rynku pracy*” - rozmowa z pracodawcą, autoprezentacja, zawartość CV; gry dramatyczne: pracodawca – potencjalny pracownik; ocena skuteczności prezentowanych dialogów.

## 5. ZAJĘCIA Z ZAKRESU PSYCHOEDUKACJI

Podstawowym celem modułu pomocy psychoedukacyjnej było usprawnienie procesów myślowych, poznawczych i komunikacyjnych w relacjach z innymi. Założono, że uczestnicy testowanej innowacji podejmą próby modyfikowania automatyzmów myślowych i werbalnych, które stanowią blokady w ocenie i samoocenie siebie.

**Z uwagi na zróżnicowane możliwości poznawcze uczestników, zajęcia miały elementy indywidualnej pracy z uczestnikami.**

Drugim modułem w jakim brali udział uczestnicy było skupienie uwagi na własnym wyglądzie i szerzej rozumianej autoprezentacji. Z uwagi na jeden z celów innowacji, jakim jest przygotowanie uczestników do poszukiwania pracy, warsztat ten zawierał również ćwiczenia komunikacji werbalnej, zwłaszcza z mowy dialogowej.

W ramach przeprowadzonych zajęć uczestnicy zostali poddani wstępnej diagnozie osobistych zainteresowań i preferencji zawodowych (zestawienie uzyskanych informacji zawarte zostały w tabeli pt. „Inwentaryzacja osobistych zainteresowań i preferencji zawodowych” łącznie z sugestiami jaki rodzaj potencjalnej pracy jest dla uczestników sugerowany).

Za zgodność  
z oryginałem

**Ocena realizacji przeprowadzonych modułów wskazuje na poprawę procesu rozumienia i oceniania rzeczywistości jaka jest udziałem uczestników.**

Proponowane ćwiczenia zwiększyły samoocenę niektórych uczestników. Wskazały na ich mocne strony, na to jak są postrzegani i oceniani przez innych uczestników innowacji. W ramach ćwiczeń usprawniających komunikację werbalną i mowę komunikacyjną uczestnicy usprawniali precyzyjną wymowę, oddech oraz formy grzecznościowe w relacjach



werbalnych. Ten element zajęć ćwiczeniowych sprawiał jednak uczestnikom testowanej innowacji duże problemy. Można wnioskować, że wynika to z niskiej samooceny własnych sprawności i możliwości.

### **Cel ogólny zajęć:**

Usprawnienie myślowych, poznawczych i komunikacyjnych w relacjach z innymi.

### **Cele szczegółowe:**

Uczestnik programu:

- poznaje podstawowe elementy procesu myślenia
- poznaje jakie mechanizmy odpowiadają za przetwarzanie i interpretowanie rzeczywistości
- podejmuje próby zmiany negatywnych wzorców interpretowania rzeczywistości jak go otacza
- myślenie i mówienie jako próba przetwarzania bodźców najbliższego środowiska
- usprawnia podstawowe elementy mowy komunikacyjnej w mowie potocznej.

### **Tematy spotkań podzielono na 2 moduły:**

#### **I Pomyśl jak myślisz – warsztat samorozwijający**

- Nasze błędy w myśleniu
- Co myślimy o nas i o innych

#### **II Autoprezentacja – warsztat ćwiczeniowy**

- Wygląd zewnętrzny w procesie autoprezentacji
- Procesy komunikacji werbalnej
- Ćwiczenia mowy dialogowej

### **Opis form, metod i środków dydaktycznych:**

- praca indywidualna i grupowa
- dyskusja kierowana i wymiana doświadczeń, prezentacja multimedialna, filmy dydaktyczne.

*du*  
Za zgodność  
z oryginałem  
2018-06-27



## TEMATYKA ZAJĘĆ W RAMACH PSYCHOEDUKACJI:

### 1. POMYŚL JAK MYŚLISZ:

- jak myślimy; co to jest proces myślenia; myślenie jako stały element poznania;
- nawyki i błędy w myśleniu; dlaczego myślimy stale tak samo; co jest powodem błędnego myślenia;
- co myślimy o sobie i innych; czym jest samoocena; jak siebie oceniamy; próby testów samooceny (omówienie indywidualne wyników testów); różnicowanie zalet, mocne strony, co chcę zmienić w sobie; grupowa realizacja zadań w oparciu o mocne strony uczestników; ćwiczenia indywidualne „dobre strony innych”

### 2. AUTOPREZENTACJA:

- wygląd zewnętrzny w procesie prezentacji; co jest ważne w wyglądzie zewnętrznym (analiza grupowa); ćwiczenia związane ze zmianami jakie mogłyby się stać udziałem uczestników; zabawy stolikowe, rysowanie – test projekcyjny „Ja za 5 lat”;
- procesy komunikacji werbalnej i niewerbalnej; jak autoprezentacja ułatwia nam komunikowanie z innymi; wygląd i formy grzecznościowe niezbędne w nauce i w poszukiwaniu pracy; jak zachować się w kontaktach z pracodawcą; jak mowa ciała nam pomaga; testy zainteresowań i preferencji;
- autodiagnoza własnych preferencji zawodowych; diagnoza indywidualna uczestników; indywidualna analiza mocnych stron uczestników; sugestie,
- wizyta Dyrektora Powiatowego Urzędu Pracy; informacja o możliwościach szukania pracy; indywidualne rozmowy z uczestnikami; analiza wyników diagnozy.

Za zgodność  
z oryginałem

## 6. ZAJĘCIA FOTOGRAFICZNE

 2018-06-27

Najczęstszym problemem w komunikacji z osobami z dysfunkcjami intelektualnymi jest brak możliwości wyrażenia swojego sposobu widzenia świata i przekazania emocji z tym związanych. W naszej innowacji postanowiliśmy zastosować zdjęcia fotograficzne robione przez podopiecznych jako sposób poznanie ich świata.



**Podstawowym celem** zajęć była nauka podstaw robienia zdjęć fotograficznych, po to aby przedstawić swoje zainteresowania i sposób widzenia otaczającego świata w formie zdjęć robionych przez uczestników. Podopieczni podjęli próby wyrażania swoich emocji i zainteresowań za pomocą fotografii. Wykonane przez uczestników zajęć zdjęcia, sposób aranżacji obrazu i tematyka mówią o sposobie widzenia otoczenia i tego, co jest dla autorów najważniejsze w obserwowanym świecie. Zaprezentowane zdjęcia pozwalają poznać świat widziany oczami autorów.

**Cele szczegółowe** tego zadania były następujące:

- sposoby przedstawienia fotografowanego obiektu oraz kompozycja zdjęcia,
- poznanie podstaw budowy i działanie sprzętu fotograficznego, w tym zawartych w telefonach komórkowych aparatów, które były podstawowym narzędziem pracy,
- nabycie wiedzy jak unikać podstawowych błędów w fotografii,
- podstawowe zasady robienia dobrych zdjęć,
- poznanie zasad obróbki zdjęć: kadrowanie, zmiany walorów kolorystycznych itp.
- usprawnienie procesów myślowych planując kompozycję obrazu,
- podjęcie prób wyrażania swoich emocji i zainteresowań za pomocą fotografii.

  
Za zgodność  
z oryginałem

2018-06-27

Podstawowa metoda realizacji tego zadania polegała na fotografowaniu, przez uczestników innowacji, tych elementów otoczenia, które w jakiś sposób wzbudziły ich zainteresowanie przy pomocy aparatów fotograficznych, w które wyposażone są telefony komórkowe. Podopieczni wykonywali zdjęcia w dowolnym czasie i miejscu. Kolejnym etapem, już czysto technicznym, była obróbka obrazu na zajęciach komputerowych.

Wykonywanie zdjęć przez podopiecznych, jako zadany temat, zwróciło ich uwagę na możliwość wyrażenia swoich zainteresowań w inny sposób niż np.: opowiadanie, czy rysunek. Efektem tego zadania były serie różnotematycznych zdjęć (zwykle ok. 8-10 zdjęć). W pewien sposób analiza wykonanych zdjęć pomoże wprawnemu psychoterapeucie – analitykowi

Projekt „Chcemy pracować – innowacje w zakresie usług opiekuńczych dla osób zależnych” współfinansowany ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego IV Oś Priorytetowa Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój, Działanie 4.1: Innowacje społeczne



ocenić preferencje, predyspozycje podopiecznych (tak głęboka ocena nie była jednak przedmiotem innowacji).

Z pobieżnej analizy możliwej do wykonania w ramach zadania wyłoniła się różnorodność zainteresowań u poszczególnych podopiecznych. Zainteresowania te są najczęściej różne od deklarowanych. I tak wg deklarowanego zainteresowania jest to motoryzacja (aktywny, dynamiczny sport), natomiast zdjęcia wykazują że to zainteresowanie oscyluje wokół historii i turystyki.

## **PROGRAM ZAJĘĆ Z FOTOGRAFII:**

### **I. Organizacja pracy fotografa:**

- przygotowanie sprzętu; wybór planu zdjęciowego

### **II. Zasady robienia dobrych zdjęć:**

- błędy w kadrowaniu; światło i cień; kompozycja planu

### **III. Parametry fotografowania**

- przysłona, migawka; głębia ostrości; fotografia czarno-biała

### **IV. Praktyczne zasady dobrej fotografii**

### **V. Fotografia portretowa i artystyczna**

  
Za zgodność  
z oryginałem  
2018-06-27

## **7. ZAJĘCIA KOMPUTEROWE**

W przypadku pracy z osobami zależnymi intelektualnie istnieje potrzeba ciągłego utrwalania zdobytej wiedzy. Celem zajęć było utrwalenie dotychczas zdobytych wiadomości na temat pracy z komputerem oraz zapoznanie uczestników z konkretnymi działaniami wykonywanymi na komputerze przydatnymi w realizacji innowacji oraz zastosowanie internetu. Przykładem jest nauka obsługi programów do obróbki zdjęć, sposoby zamieszczania ich w internecie oraz zasady bezpieczeństwa w sieci internetowej.



W trakcie zajęć komputerowych, zorganizowanych w sali dydaktycznej wyposażonej w sprzęt komputerowy z łączem internetowym, podopieczni utrwalali nabytą wiedzę z zakresu m.in. obsługi edytorów tekstu np. sporządzając CV czy list motywacyjny, obsługa internetu i jego użyteczność w życiu codziennym i zawodowym. Innym rodzajem zajęć była nauka obróbki zdjęć wykonanych przy pomocy telefonu komórkowego. Uczestnicy zajęć uczyli się jak przenieść zdjęcia z telefonu na pen drive lub komputer, jak poprawić jakość zdjęcia lub zmienić format. Zajęcia prowadzone były przez doświadczonego w pracy z osobami zależnymi intelektualnie specjalistę. Efektem pracy były, odpowiednio opracowane przez uczestników, serie zdjęć.

### **PROGRAM ZAJĘĆ KOMPUTEROWYCH:**

#### **I. Budowa komputera. Podłączania elementów zestawu:**

m.in. ogólna budowa zestawu komputerowego, urządzenia towarzyszące (drukarka, skaner); bezpieczeństwo i higiena pracy z urządzeniami komputerowymi.

#### **II. Obsługa systemu Windows XP:**

m.in. konfiguracja pulpitu, ustawienia ekranu, właściwości paska zadań i menu, tworzenie plików i folderów, praca na plikach i folderach, obsługa sieci internetowej, obsługa poczty elektronicznej, ergonomia pracy.

#### **III. Obsługa edytora tekstu Microsoft Word:**

#### **IV. Obsługa arkusza kalkulacyjnego Microsoft Excel**

#### **V. Tworzenie prezentacji przy pomocy programu Microsoft Power Point**

#### **VI. Współpraca i wymiana danych między aplikacjami pakietu Office**

#### **VII. Warsztaty z aplikacjami biurowymi oraz użytkowanie internetu.**

  
Za zgodność  
z oryginałem  
2018-06-17



## 8. INDYWIDUALNA PSYCHOTERAPIA DLA RODZICÓW/OPIEKUNÓW

W codziennym życiu i w zmaganiach z niepełnosprawnością osobom zależnym towarzyszą zwykle najbliższe osoby. Wśród nich obok rodziców są często bracia i siostry. Są oni świadkami początku choroby i bywa, że przejmują opiekę nad chorym rodzeństwem wówczas, kiedy rodzice starzeją się lub umierają. Dorosłe osoby poważnie chorujące rzadziej niż ich zdrowi rówieśnicy zawierają związki małżeńskie i rzadziej mają dzieci, dlatego wydaje się, że więź z rodzicami i rodzeństwem może być dla nich szczególnie cenna. Każdy człowiek jest inny, a tym bardziej jak zachoruje: nie może się z tym pogodzić sam chory oraz bywa, że i jego rodzina. Dlatego tak ważne jest wsparcie nie tylko dla osób zależnych, ale i członków rodziny. Rodzice i opiekunowie nie są przygotowani do prowadzenia terapii zajęciowych z osobą chorą i wpadają w pułapki zastawiane przez chorego, wykonując za niego różne czynności. Nie mają wiedzy jak należy postępować wobec naszych bliskich, którzy chorują. Brakuje specjalistycznych służb, mających prowadzić rehabilitację oraz odpowiednio przygotowanych profesjonalistów z zakresu terapii zajęciowej i pracy socjalnej. W tej sytuacji rodzina usiłuje prowadzić we własnym zakresie terapię bliskiego chorego. Wykonanie tej funkcji wymaga odpowiedniej wiedzy, jak też czasu, co może się sprowadzać do pełnienia dyżuru przez 24 godziny na dobę. Dlatego też w zaproponowanej innowacji społecznej ważne jest nie tylko wsparcie osoby chorej, ale także wsparcie dla rodziców i rodzeństwa. Bezcenna jest postawa dobrego terapeuty, który nie powinien być surowym sędzią, ale wsłuchać się w rodzinę. **Przed wszystkim terapeuta powinien być elastyczny, aktywnie uczestniczący i otwarty na różne opcje rozwiązania spornych kwestii. Prowadząc rozmowę z rodzicami osób zależnych należy starać się spełniać te wymagania i pomóc w tym, aby rodzice przystosowali jak najlepiej swoje dzieci do samodzielnego życia.**

**Celem indywidualnych spotkań było wsparcie psychologiczne rodziców/opiekunów osób zależnych, identyfikacja i omawianie problemów rodzinnych, ukierunkowanie na różne sposoby rozwiązań tych problemów oraz niwelowanie napięć spowodowanych pojawieniem się niepełnosprawności w rodzinie.**

Za zgodność  
z oryginałem

2018-06-27



## Schemat prowadzenia indywidualnych konsultacji ze wskazaniem omawianych tematów:

<b>Prowadzący</b>	.....
<b>Beneficjent</b>	.....
<b>Temat</b>	<b>Podpisanie umów, poznajmy się.</b>
<b>Cel spotkania</b>	Celem spotkania jest wzajemna rozmowa na temat przyszłości dziecka, które jest zależne od swojego rodzica (opiekuna). Celem szczegółowym jest wzajemne poznanie się i zmotywowanie do uczestnictwa w projekcie oraz określenie zasad współpracy.
<b>Przebieg spotkania</b>	W trakcie pierwszego spotkania następuje wzajemne przedstawienie się. Konsultant proponuje tematykę spotkań i miejsce, w którym będą odbywały się konsultacje.

<b>Prowadzący</b>	.....
<b>Beneficjent</b>	.....
<b>Temat</b>	<b>Obawa rodziców o przyszłość dzieci. Pułapki i rafa życia rodzinnego.</b>
<b>Cel spotkania</b>	Celem spotkania jest rozmowa na temat przyszłości dziecka, które jest zależne od swojego rodzica (opiekuna). Celem szczegółowym jest uświadomienie rodzicom, że muszą znaleźć takie rozwiązania pomocne w codziennym życiu, aby dziecko było zmotywowane do tego, by mogło sobie radzić w trudnych sytuacjach, potrafiło podejmować samodzielne decyzje.
<b>Przebieg spotkania</b>	Podczas tego spotkania konsultant zwraca szczególną uwagę na problemy życia codziennego. Przysłuchuje się jak radzi sobie uczestnik projektu zmagając się z codziennymi trudnościami. W wyniku rozmowy następuje analiza i wymiana poglądów w jaki sposób pomóc osobie zależnej, jak i rodzicom.

  
 Za zgodność  
 z oryginałem

2018-06-27



<b>Prowadzący</b>	.....
<b>Beneficjent</b>	.....
<b>Temat</b>	<b>Mażeńskie relacje i pielęgnowanie przyjacielskich kontaktów rodziców dzieci zależnych. Jak żyć szczęśliwie, czyli być otwartym na mówienie o problemach wynikających z niepełnosprawności dziecka.</b>
<b>Cel spotkania</b>	Celem spotkania jest wpływ rodziny na zachowanie dziecka. Celem szczegółowym jest określenie wzajemnych relacji rodzinnych mających decydujący wpływ na otwartość, szczerłość, właściwe zachowanie dziecka.
<b>Przebieg spotkania</b>	Podczas kolejnego spotkania konsultant zwraca uwagę jak ważne są relacje małżeńskie i rodzina wspierająca osobę niepełnosprawną. Poprzez właściwe postępowanie np. pochwały za najmniejsze choćby osiągnięcia czy rozmowy wspierające w działaniach osoby zależne uczestnik nabiera właściwych cech charakteru, staje się pewniejszy, łatwiej jest mu przezwyciężyć trudności. Zwraca się szczególną uwagę na rozmowę o swojej chorobie zaprzyjaźnieniu się z nią, mówieniu o swoich ułomnościach, wadach głośno i otwarcie. Rodzina i otaczający znajomi, przyjaciele są po to, aby wspierać, uszczęśliwiać i cieszyć się wspólnie z każdego dnia.

<b>Prowadzący</b>	.....
<b>Beneficjent</b>	.....
<b>Temat</b>	<b>Jak zadbać o samodzielność dziecka tak by dążyło do doskonałości.</b>
<b>Cel spotkania</b>	Celem tego spotkania jest analiza błędów wychowawczych popełnianych przez rodzinę. Celem szczegółowym jest wypracowanie takich metod wychowawczych poprzez zabawę, rozmowę w podejmowaniu samodzielnych decyzji dziecka niepełnosprawnego.
<b>Przebieg spotkania</b>	Podczas tego spotkania konsultant wraz z rodzicem rozważa i analizuje błędy wychowawcze. Proponuje takie metody

Za zgodność  
z oryginałem  
2014-06-27



	<p>wychowawcze, które np. poprzez zabawę w finanse, prowadzenie domu, miały wpłynąć na uczestnika w podejmowaniu decyzji w życiu dorosłym. Uczestnicy to dorośle osoby, którzy marzą o swoim prywatnym założeniu rodziny, znalezieniu pracy i zetknięciu się z rzeczywistością dnia codziennego.</p>
--	--

<b>Prowadzący</b>	.....
<b>Beneficjent</b>	.....
<b>Temat</b>	<b>Wpływ środowiska rodzinnego na przystosowanie społeczne, podsumowanie projektu.</b>
<b>Cel spotkania</b>	Celem spotkania jest podsumowanie wypracowanych metod wychowawczych, które pozwoliły na lepsze relacje rodzinne i dostosowanie uczestnika do większej samodzielności.
<b>Przebieg spotkania</b>	Podczas ostatniego spotkania weryfikuje się mocne i słabe strony uczestnika. Analizuje się, czy podjęte metody, które były wspólnie wypracowane z psychoterapeutą, przyniosły rezultat. Jak sobie radzi uczestnik z samodzielnością, czy jest bardziej pewny siebie. Terapeuta (konsultant) nie przynosi na spotkania gotowych dla rodziny rozwiązań, nie rozdaje recept, ale prowadzi rozmowę z rodziną w ten sposób, by te rozwiązania mogły w rodzinie powstawać, by każdy z uczestników mógł docenić, że jest członkiem tej właśnie rodziny, by mógł znaleźć w niej swoje miejsce i znaczenie.

## 9. INDYWIDUALNE PORADNICTWO SOCJOLOGICZNE DLA RODZICÓW/OPIEKUNÓW OSÓB ZALEŻNYCH

  
Za zgodność  
z oryginałem  
2018-08-27

### 1. Pojęcie i istota poradnictwa socjologicznego:

1. To specyficzna praca profesjonalisty ukierunkowana na pomoc w rozwiązaniu sytuacji problemowych związanych z nowym etapem życia rodziny po zakończeniu edukacji niepełnosprawnych dzieci.



2. Specjalista pracuje na rzecz opiekunów pomagając im w zmianie zwyczajowego sposobu myślenia, postaw, sposobu podejmowania decyzji, rozwiązywania problemów tak, aby maksymalizować konstruktywne wykorzystanie własnego potencjału i minimalizować niesprzyjające warunki środowiskowe, co w efekcie ma prowadzić do wzrostu szansy na przezwycięzenie problemu.
3. Podstawowym celem realizacji poradnictwa socjologicznego jest poprawa, jakości życia osób uczestniczących w projekcie, ich rozwój i optymalizacja poczynań związanych z różnymi aspektami funkcjonowania indywidualnego, rodzinnego, zawodowego, itp.
4. Istotą porady/pomocy jest to, aby przez kontakt osobowy i rozmowę opiekun osoby zależnej mógł odzyskać lub uzyskać możliwość samodzielnego rozwiązywania problemu, podjęcia właściwych decyzji, wprowadzenia ich w czyn, korygowania i unikania błędów.

## **2. Specjalistyczne poradnictwo rodzinne dla opiekunów rodzin z dziećmi niepełnosprawnymi uczestniczącymi w projekcie obejmuje:**

1. diagnozowanie problemów rodzin, ich zasobów i barier poprzez indywidualny kontakt socjologa z opiekunem,
2. udzielanie wsparcia.

## **3. Cele szczegółowe i zakładane efekty.**

Skorzystanie z poradnictwa socjologicznego dla opiekunów uczestników testowanej innowacji umożliwi:

### **1) Poprawę funkcjonowania społecznego rodziny z dziećmi niepełnosprawnymi w jej środowisku zamieszkania poprzez:**

2. prawidłową komunikację interpersonalną;
3. właściwą współpracę instytucjami wspierającymi rodzinę z dziećmi niepełnosprawnymi;
4. korzystanie ze wsparcia innych specjalistów;

 2018-03-27  
Za zgodność z oryginałem



5. radzenie sobie w sytuacjach trudnych, konfliktowych w środowisku lokalnym;
6. świadome korzystanie z zasobów i infrastruktury środowiska lokalnego.

**2) Poprawę stosunków wewnątrzrodzinnych (relacji i umiejętności prospołecznych w układach małżeńskich i rodzinnych) poprzez:**

2. właściwą komunikację w rodzinie - umiejętność komunikowania się zgodnie z rolą w rodzinie;
3. konstruktywne rozwiązywanie konfliktów małżeńskich i rodzinnych;
4. umiejętność ujawniania problemów pomiędzy stronami konfliktu;
5. umiejętność wypracowywania zgody pomiędzy stronami konfliktu;
6. uzyskanie zgody i wspólnoty celów członków rodziny,
7. umiejętność reagowania w sytuacji wystąpienia przemocy,
8. korzystanie ze specjalistycznego wsparcia lub terapii;
9. satysfakcję z pełnienia roli rodzica.

**4. Rezultaty specjalistycznego poradnictwa socjologicznego będą widoczne w formie przywrócenia lub nabycia przez rodzica/opiekuna:**

2. motywacji do zmiany; zmianach zachodzących w środowisku życia osób szukających pomocy;
3. umiejętności samodzielnego rozwiązywania problemów;
4. umiejętności samodzielnego wykonywania zadań i korygowania swojego zachowania;
5. stosowania nowych umiejętności prospołecznych.

**5. Obszary poradnictwa/ tematyka spotkań:**

1. Nawiązanie kontaktu, określenie celu i zakresu indywidualnego poradnictwa oraz form, zasad i terminarza wzajemnych kontaktów.
2. Socjologiczny portret rodziny.

Projekt „Chcemy pracować – innowacje w zakresie usług opiekuńczych dla osób zależnych” współfinansowany ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego IV Oś Priorytetowa Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój, Działanie 4.1: Innowacje społeczne

Za zgodność  
z oryginałem



3. Specyfika funkcjonowania rodziny z dzieckiem zależnym.
4. Role w rodzinie- analiza ról rodzicielskich, małżeńskich.
5. Społeczne uwarunkowania relacji wewnątrzrodzinnych, więzi rodzinne.
6. Postawy rodzicielskie i ich wpływ na zachowania członków rodziny.
7. Społeczne źródła konfliktów i sposoby ich rozwiązywania.
8. Zasoby rodziny w rozwiązywaniu sytuacji trudnych.
9. Umiejętność korzystania ze wsparcia w środowisku społecznym.
10. Planowanie własnego rozwoju, kariery zawodowej i uczestnictwa społecznego.

Stawianie granic i budowa własnej przestrzeni społecznej.

### Zasady poradnictwa socjologicznego obowiązujące w ramach testowanej innowacji.

W procesie realizacji zadań stosuje się wszystkie zasady specjalistycznego poradnictwa rodzinnego takie jak:

1. Bezpłatność – klient otrzymuje usługę indywidualnego poradnictwa poprzez przystąpienie do programu, bez względu na jego dochód i status materialny,
2. Poufność – konsultacje prowadzone są w warunkach i na zasadach pełnej poufności, a dokumentacja powstała w wyniku świadczenia poradnictwa jest przechowywana w sposób uniemożliwiający dostęp osób niepowołanych.
3. Profesjonalizm – konsultacje prowadzi specjalista socjolog, osoba kompetentna, o odpowiednich kwalifikacjach i umiejętnościach pozwalających na rzetelną i wyczerpującą pracę nad konkretnym zagadnieniem z uwzględnieniem możliwości percepcyjnych klienta.

Za zgodność  
z oryginałem  
2018-06-27



4. Etyka – u podstaw poradnictwa leży pełne poszanowanie klienta, jego godności i autonomii.
5. Dostępność – każdemu opiekunowi zgłaszającemu chęć skorzystania z poradnictwa udzielane jest ono w możliwie najbardziej optymalnym terminie uwzględniającym harmonogram projektu.

### **Metody stosowane w socjologicznym poradnictwie indywidualnym w ramach projektu:**

#### **1) Poszukiwanie zasobów ułatwiających wypełnianie ról rodzinnych.**

1. Podstawą pracy z opiekunem jest poszukiwanie zasobów. Obejmuje ono trzy etapy: lokalizacji, poszerzenia i atrybucji kontroli.
2. Na zasoby składają się: umiejętności, cechy charakteru, zdolności, kompetencje i osiągnięcia.
3. Zasoby znajdują się w codziennych działaniach jednostek, zarówno tych podejmowanych w przeszłości jak aktualnie.
4. Zdiagnozowanie zasobów opiekuna i docenienie ich wartości skutkuje wzrostem poczucia sprawstwa i wzmocnieniem kompetencji działań.

#### **2) Presupozycyjne użycie języka.**

- I. Zakłada zadawanie pytań sugerujących odpowiedź, uznający za fakt pewne osiągnięcia opiekuna.
- II. Używając tej techniki wpływu na opiekuna zakładamy, że podjęcie on działania samodzielne i adekwatne, przez co wzmocniany jego poczucie podmiotowości i motywujemy do zmian.

#### **3) Technika pytań otwartych**

- I. Pytania otwarte stanowią technikę ukierunkowaną na poszerzenie wiedzy dotyczącej klienta.

Za zgodność  
z oryginałem



- II. Cechą charakterystyczną pytań otwartych jest brak wskazania na możliwe odpowiedzi, przez co umożliwiają swobodną odpowiedź, co pozwala doradcy lepiej zrozumieć problem swojego klienta.

### **Cele i zadania doradcy:**

Socjolog prowadzący indywidualne poradnictwo powinien słuchać i obserwować opiekuna osoby zależnej, a następnie dokonać wyboru metody stosownie do jego potrzeb. Ma być wsparciem opiekuna i wspomóc go w samodzielnym dochodzeniu do rozwiązań. **Do jego zadań należy m.in.:**

1. Prowadzenie indywidualnych rozmów,
2. Pomoc w identyfikacji własnych zasobów społecznych,
3. Pomoc w analizie swoich zachowań wynikających z pełnienia ról społecznych i ich konsekwencji,
4. Wspólne rozwiązywanie problemów,
5. Wsparcie i motywowanie do zmian.

### **Kompetencje:**

Doradca powinien posiadać wykształcenie socjologiczne oraz odpowiednie umiejętności i kompetencje do przeprowadzenia procesu doradczego. Doradca stosując różne techniki i wykorzystując inne narzędzia zachęca do nowego spojrzenia na siebie lub sytuację rodzinną po zakończeniu edukacji niepełnosprawnego dziecka. Motywuje i wspiera w procesie zmiany myślenia i redefinicji ról w rodzinie, bowiem jest przekonany, że opiekun jest w stanie zrealizować swoje cele.

### **Zadania:**

- doradztwo indywidualne;
- określenie zasobów społecznych opiekuna,
- ułatwienie identyfikacji mocnych stron i sposobu ich prezentowania,
- wzmocnienie wiary we własne możliwości.
- wspieranie i motywowanie opiekunów,
- prowadzenie dokumentacji projektu związanej z własną rolą w zespole projektowym.

Za zgodność  
z oryginałem  
2020-00-27



## 10. INDYWIDUALNE DORADZTWO ZAWODOWE DLA RODZICÓW/OPIEKUNÓW OSÓB ZALEŻNYCH

Rodzice/opiekunowie osób zależnych reprezentowali różne zarówno poziomy wykształcenia i kwalifikacji zawodowych, jak i obszary i doświadczenia zawodowe, stąd celem spotkań było indywidualne omówienie każdego przypadku. Prowadzący spotkanie miał szansę całą uwagę skupić na problemach danej osoby. Uzupełnieniem indywidualnych spotkań było szkolenie zawodowe zorganizowane w ramach testowanej innowacji.

### Schemat prowadzenia indywidualnych konsultacji ze wskazaniem omawianych tematów:

<b>Prowadzący</b>	.....
<b>Beneficjent</b>	.....
<b>Temat</b>	Jaki jestem, moje mocne i słabe strony.
<b>Cel spotkania</b>	Celem spotkania jest wzajemne poznanie się i zmotywowanie do uczestnictwa w projekcie. Celem szczegółowym jest określenie charakteru wzajemnych spotkań, zakresu udzielanego poradnictwa, wybór form spotkań i opracowanie terminarza, oraz jasne określenie zasad współpracy. Ponadto poznanie swoich mocnych stron, pozytywne myślenie o sobie.
<b>Przebieg spotkania</b>	W trakcie pierwszego spotkania następuje wzajemne przedstawienie się. Konsultant proponuje tematykę spotkań. Uczestnik dostaje od doradcy zawodowego listę pozytywnych cech, na której zakreśla wszystkie cechy, które trafnie opisują jego osobę. Następnie uczestnik wpisuje po trzy wybrane cechy, które charakteryzują jego osobę i jest największą zaletą w życiu osobistym, w pracy, w osiągnięciu sukcesu, awansu. Następnie uczestnik wybiera takie cechy przymiotników, które chciałby mieć, a które zwiększyłyby ich szanse na rynku pracy, dzięki której uczestnik czułby się pewniej. Taki sam przebieg stosuje się do listy negatywnych cech. Spotkanie kończy się tym, że uczestnik wypowiada się na temat swoich zalet i pozytywnym wykorzystaniu ich w konkretnym zawodzie oraz wysuwa wnioski na temat swoich wad. Wspólnie z doradcą zawodowym



	ustalany jest pomysł na pozytywne wykorzystanie tej wady w konkretnym zawodzie lub przykład zawodu, w którym ta wada jest najmniejszym problemem.
--	---

<b>Prowadzący</b>	.....
<b>Beneficjent</b>	.....
<b>Temat</b>	Ja i moja praca. Ja i biznes.
<b>Cel spotkania</b>	Cel ogólny spotkania to poznanie prawdziwych preferencji zawodowych, a celem szczegółowym jest ocena predyspozycji i postaw przedsiębiorczych.
<b>Przebieg spotkania</b>	To spotkanie ma na celu określenie osobowości uczestnika, czyli określenie jego charakteru, temperamentu, stylu pracy i myślenia w świetle zadań związanych z różnymi zawodami. Przedsiębiorczość to z jednej strony określony styl działania i pracy z drugiej zaś osobowość i styl myślenia. Uczestnik wypełnia kwestionariusz osobowości zawodowej i kwestionariusz cech przedsiębiorczych. W podsumowaniu spotkania doradca zawodowy podkreśla, iż uzyskane wyniki kwestionariuszy zajęć i rezultaty przeniesione na indywidualne profile w żadnym wypadku nie powinny determinować wyborów dotyczących przyszłego zawodu. Doradca przekonuje uczestnika, iż przeprowadzone spotkanie powinno być przede wszystkim okazją do refleksji nad swoim przyszłym życiem zawodowym, a jakiegokolwiek wątpliwości powinny być wyjaśnione przy pomocy psychologa przy zastosowaniu specjalistycznych testów i badań.

<b>Prowadzący</b>	.....
<b>Beneficjent</b>	.....
<b>Temat</b>	Poszukiwanie pracy na portalach internetowych. Moje CV.
<b>Cel spotkania</b>	Celem ogólnym jest nauka właściwie napisania swojego cv, a celem szczegółowym jest zdobycie umiejętności poszukiwania pracy na portalach internetowych.
<b>Przebieg spotkania</b>	W trakcie kolejnego spotkania uczestnik ma za zadanie z pomocą doradcy zawodowego prawidłowo napisać curriculum vitae. Uczestnik dowiaduje się co powinno się w nim znaleźć, w jaki sposób ułożyć go chronologicznie. Ponadto podczas spotkania uczestnik szukał pracy na różnych portalach internetowych. Doradca zawodowy pokazał gdzie szukać pracy, w których ogłoszeniach,



	dziennikach ogólnopolskich, prasie lokalnej, internecie, PUP, agencjach zatrudnienia oraz rozmów ze znajomymi.
--	--

<b>Prowadzący</b>	.....
<b>Beneficjent</b>	.....
<b>Temat</b>	Jak zachować się na rozmowie kwalifikacyjnej. Ewaluacja spotkań.
<b>Cel spotkania</b>	Celem spotkania jest przygotowanie uczestnika do rozmowy kwalifikacyjnej.
<b>Przebieg spotkania</b>	Podczas tego spotkania pokazany jest film, jak zachować się podczas rozmowy kwalifikacyjnej. Na tej podstawie doradca zawodowy odgrywa rolę pracodawcy, stymuluje rozmową przy zatrudnieniu. Omówione są kwestie, o których należy pamiętać oraz taktownie skomentowane błędy w zachowaniu uczestnika.  Poszukiwanie pracy to długi, i trudny proces. Należy przygotować plan działania oraz dokumenty. Trzeba pamiętać, że nikt nie znajdzie nam pracy i, że praca nie przyjdzie do nas sama. Musimy być aktywni i sami jej cierpliwie szukać.

## 11. SZKOLENIE ZAWODOWE DLA RODZICÓW / OPIEKUNÓW OSÓB ZALEŻNYCH

Praca oraz szeroko rozumiana aktywność społeczna ma podstawowe znaczenie dla prawidłowego funkcjonowania psychicznego i społecznego osób sprawnych, jak i niepełnosprawnych. Wszyscy posiadają pewne aspiracje, indywidualne potrzeby i zainteresowania. Zatrudnienie daje nam poczucie bycia potrzebnym, jest źródłem pozytywnej samooceny, istotnym elementem na drodze do samorealizacji. Wskutek postępu technicznego występuje konieczność przystosowania się do nowych warunków i wymogów pracy. Zmiany technologiczne determinują konieczność dostosowania kwalifikacji ludzi do obsługiwanych sprzętów i urządzeń. Także reorganizacja zakładów pracy zmusza część osób do przekwalifikowania się i zmiany zatrudnienia. Ze względu na zjawisko bezrobocia w wielu zawodach zmiana kwalifikacji jest warunkiem dalszej egzystencji zawodowej.

Za zgodność  
z oryginałem

 2018-08-27



## **Celem warsztatów była aktywizacja zawodowa i pomoc**

### **w wejściu na rynek pracy rodzicom / opiekunom osób zależnych**

#### **(szkolenie jako odpowiedź na potrzebę podniesienia kwalifikacji i umiejętności zawodowych).**

Podczas warsztatów nauczono przygotować plan działań, który należy wykonać, żeby być skutecznym w poszukiwaniu pracy. Uczestnicy zastanawiali się nad tym, co najlepiej potrafią robić i co wychodzi im najsłabiej. Poznali czynności, które trzeba wykonać, żeby mieć szansę na znalezienie pracy. Bardzo ważne jest, aby decydując się na właściwą pracę wiedzieć z czym się ta decyzja dla nas wiąże. Ponadto uczestnicy dowiedzieli się w jaki sposób przygotować swój życiorys; każdy z uczestników samodzielnie napisał swoje cv i przesłał do doradcy zawodowego drogą e-mail. Następnie omawiano błędy, weryfikowano i konstruowano właściwe CV. Na końcu warsztatów przedstawiono zasady w jaki sposób przygotować się do rozmowy kwalifikacyjnej. Ciekawą formą zajęć był przedstawiony film dotyczący autoprezentacji. Na jego podstawie uczestnicy mogli zauważyć swoje właściwe i błędne zachowania w gestykulacji rąk, mimice twarzy, właściwej postawie, czy też barwie głosu.

Podczas warsztatów rodzice/opiekunowie osób zależnych dowiedzieli, gdzie i w jaki sposób, pozyskiwać informacje dotyczące rynku pracy. Nie jest to łatwy proces, wymaga on wiele czasu, śledzenia nowości oraz zmian. Uświadomiliśmy sobie jakie bariery ograniczają nasze wysiłki, i jak im przeciwdziałać. Proces aktywizacji wymaga ogromnego wysiłku i przekonania, że warto się trudzić. Sukcesowi sprzyja w tym wypadku postawa proaktywna - zarówno osoby poszukującej pracy, jak i jej najbliższego otoczenia.

#### **Na szkoleniu omówiono następujące tematy:**

##### **1. Rynek pracy:**

- zmiana sposobu myślenia uczestników na temat rynku pracy.
- określenie źródeł nowych miejsc pracy
- nabycie umiejętności analizowania różnych form pracy

##### **2. Odkrywanie własnych umiejętności i możliwości:**

Projekt „Chcemy pracować – innowacje w zakresie usług opiekuńczych dla osób zależnych” współfinansowany ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego IV Oś Priorytetowa Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój, Działanie 4.1: Innowacje społeczne

Za zgodność  
z oryginałem

2018-09-27





- zwiększenie poczucia pewności siebie wśród uczestników grupy
- identyfikacja umiejętności, mocnych i słabych stron
- wzmocnienie przekonania, że znalezienie pracy jest możliwe

### 3. Bilans umiejętności, możliwości i predyspozycji zawodowych:

- zwiększanie poczucia kompetencji i pewności siebie wśród uczestników grupy
- bilans umiejętności i mocnych stron

### 4. Dokumenty aplikacyjne:

- poznanie zasad i nabycie umiejętności pisania życiorysu zawodowego i listu motywacyjnego
- napisanie życiorysu i listu motywacyjnego

### 5. Umiejętności interpersonalne:

- nabycie wiedzy dotyczącej komunikacji werbalnej, mowy ciała i relacji interpersonalnych
- przygotowanie uczestników do prezentowania własnych możliwości, umiejętności i wiedzy

### 6. Asertywność w poszukiwaniu pracy:

- uświadomienie uczestnikom znaczenia typów zachowań dla procesu komunikacji interpersonalnej
- poznanie praw asertywności
- trening zachowań asertywnych

### 7. Przygotowanie do rozmowy z pracodawcą:

- wykazywanie istotnych różnic w rozmowie: gdy potencjalna praca jest pasją kandydata, gdy praca ma być tylko zgodna z jego kwalifikacjami
- uświadomienie uczestnikom roli rozmowy wstępnej w procesie rekrutacji

Za zgodność  
z oryginałem  
2018-08-27



- trening umiejętności koniecznych w skutecznym poszukiwaniu pracy

#### **8. Rozmowa telefoniczna z pracodawcą:**

- przygotowanie uczestników do telefonicznego kontaktowania się z pracodawcą
- poznanie zasad rozmów telefonicznych z pracodawcą
- ćwiczenia rozmów telefonicznych z pracodawcą

#### **9. Rozmowa kwalifikacyjna:**

- poznanie zasad rozmowy kwalifikacyjnej
- przygotowanie do rozmowy
- uświadomienie uczestnikom korzyści jakie mogą osiągnąć jeśli starannie przygotowują się do spotkania z pracodawcą
- przeanalizowanie błędów i potknięć popełnianych podczas rozmów kwalifikacyjnych (wykorzystanie wsparcia grupy)

#### **10. Nowa praca:**

- uświadomienie uczestnikom problemów, które pracownik może napotkać w nowym środowisku pracy
- określenie pożądanych zachowań w nowym miejscu pracy
- zapoznanie uczestników szkolenia z rodzajami umów regulujących stosunki między pracodawcą a pracobiorcą

#### **11. Praktyczne poszukiwanie ofert pracy:**

- wyszukiwanie ofert pracy, sporządzanie dokumentów aplikacyjnych, ćwiczenia rozmów kwalifikacyjnych, testy kompetencyjne, film instruktażowy

#### **12. Reakcja na utratę pracy:**

- uświadomienie uczestnikom, że ludzie podobnie odczuwają i reagują na trudne sytuacje, a wiedza, doświadczenie i warunki życia mają duży wpływ na sposób zachowania

Zgodność  
z oryginałem  
2018-08-27



- pokazanie nowego sposobu myślenia o sytuacji w jakiej znajduje się uczestnik grupy; zdobywanie przez lidera grupy zaufania grupy.

## 12. WIZYTY STUDYJNE W WYBRANYCH MIEJSCACH.

Celem zorganizowanych w ramach **Inkubatora aktywności zawodowej** wizyt studyjnych było zapoznanie podopiecznych z przykładowymi miejscami ewentualnymi pracy/wolontariatu oraz ze specyfiką funkcjonowania niektórych instytucji. Efektem wizyt studyjnych miało być wskazanie ewentualnego kierunku rozwoju zawodowego.

### WIZYTA STUDYJNA W SCHRONISKU DLA ZWIERZĄT

Moduł dotyczący wizyty studyjnej podzielono na 2 rodzaje zajęć: teoretyczne i praktyczne. W ramach zajęć praktycznych uczestnicy testowanej innowacji wraz z opiekunami odbyli wizytę w schronisku dla bezdomnych zwierząt w Radomiu. Natomiast w ramach zajęć teoretycznych odbyły się spotkania podczas których omawiano tematy związane z daną wizytą.

#### Część praktyczna:

Głównym celem wizyty w schronisku było zapoznanie się z danym miejscem i zasadami funkcjonowania placówki. W tym celu kierownictwo schroniska wyznaczyło koordynatora. Na początku spotkania uczestnicy zostali zaznajomieni z historią tego miejsca, w tym ciekawostkami, a następnie byli oprowadzani po poszczególnych blokach; w każdym przedstawiano schemat postępowania ze zwierzętami; pokazano w jaki sposób dba się o porządek w boksach, jakie czynności są wykonywane np.; przy przygotowaniu karmy, a także przedstawiono zasady sprawowania opieki m.in. wyprowadzanie zwierząt na spacer, czy spędzanie z nimi czasu. Ważnym aspektem było omówienie zasad bezpieczeństwa i higieny pracy, w tym przedstawienie możliwych niebezpiecznych zachowań zwierząt i wskazano kroki jakie należy podjąć w przypadku sytuacji zagrażających zdrowiu. Uczestnikom umożliwiono wykonanie drobnych prac w zakresie przygotowania karmy, wyprowadzenia zwierząt na krótki spacer.

### **Część teoretyczna:**

Spotkania zostały przeprowadzone według przedstawionego scenariusza.

Oprócz powyższego omawiano następujące tematy:

1. Kim chciałbym zostać w przyszłości.
2. Na czym polega wolontariat („Czy podoba mi się taka forma pracy?”)
3. Wady i zalety pracy w schronisku dla zwierząt.
4. Moja praca/pomoc w schronisku dla zwierząt – perspektywy, motywacja, możliwości.
5. Na czym polega opieka nad zwierzęciem – opieka w domu a opieka w schronisku.
6. Zakres prac wykonywanych w schronisku.
7. Zasady BHP w odniesieniu do poszczególnych czynności w schronisku (odzież ochronna, higiena pracy na danym stanowisku, higiena osobista, bezpieczne zachowania w kontakcie ze zwierzętami).
8. Wymiana doświadczeń odnośnie kontaktu i opieki nad zwierzętami.
9. Odgrywanie scenek – prowadzący zajęcia opisują potencjalnie niebezpieczną sytuację – uczestnicy pokazują jak się można zachować, na co należy zwrócić uwagę; prowadzący wskazują jakie zachowanie jest najwłaściwsze w danej sytuacji.

### **Podsumowanie:**

Uczestnicy wyrażali ogromne współczucie dla znajdujących się w schronisku zwierząt, zwracali uwagę na panujące tam trudne warunki odnośnie zarówno przebywania zwierząt, jak i pracy osób zajmujących się obsługą schroniska. W trakcie omawiania wizyty zwracali uwagę na problem porzucania zwierząt, traktowania jak zabawki. Wykazywali w ten sposób wrażliwość na obserwowane zjawisko. Prawie wszyscy uczestnicy deklarowali chęć wolontariackiej pomocy np. przy wyprowadzaniu psów na spacer.

Za zgodność  
z oryginałem

2018-08-27





## Scenariusz zajęć podsumowujący zrealizowaną wizytę studyjną w Schronisku dla bezdomnych zwierząt w Radomiu (cykl zajęć).

**Tematyka:** wiąże się z usprawnianiem funkcji manualnych i koordynacji wzrokowo - słuchowej oraz ruchowej.

**Cele:** Reagowanie na polecenia słowne. Doskonalenie wiadomości oraz umiejętności z zakresu leksyki. Rozwijanie sprawności manualnych.

**Metody pracy:** Pogadanka. Elementy metody integracji sensorycznej. Metoda praktycznych ćwiczeń.

**Pomoce dydaktyczne:** muzyka, papier, kredki, ołówki, zdjęcia, słowniki.

### **Przebieg zajęć:**

1. Powitanie grupy
2. Określenie swojego samopoczucia na podstawie rysunku, omówienie go.
3. Rozwiązywanie skrótów.
4. Słuchacze ustawiają się jedno za drugim i przekazują sobie wzajemny rysunek wykonany dłonią na plecach, „ostatni” zgaduje, co to za rysunek.
5. Plastyczna działalność młodzieży.
6. Praca ze słownikami: języka polskiego, synonimów, wyrazów obcych (definicja rzeczownika schronisko, wyrazy bliskoznaczne do tego rzeczownika).
7. „Co to za zwierzę” – słuchacze losują ilustrację przedstawiającą zwierzątko. Gestem, mimiką, ruchem mają je tak przedstawić, aby pozostałe osoby mogły je odgadnąć.
8. Zakończenie – podziękowanie za pracę, wystawa prac.

## **WIZYTA STUDYJNA W DOMU POMOCY SPOŁECZNEJ**

Moduł dotyczący wizyty studyjnej podzielono na 2 rodzaje zajęć. W ramach zajęć praktycznych uczestnicy testowanej innowacji wraz z opiekunami odbyli wizytę w Domu Pomocy Społecznej w Radomiu. Natomiast w ramach zajęć teoretycznych odbyły się spotkania, podczas których omawiano tematy związane z daną wizytą.

Za zgodność  
z oryginałem



5. Moja praca w Domu Pomocy Społecznej – perspektywy, motywacja, możliwości.
6. Wymiana doświadczeń odnośnie opieki nad innymi osobami w środowisku domowym.
7. Zasady BHP w odniesieniu do poszczególnych czynności w domu pomocy społecznej (odzież ochronna, higiena pracy na danym stanowisku, higiena osobista, bezpieczne zachowania na danych stanowiskach).
8. Odgrywanie scenek – prowadzący zajęcia opisują potencjalnie niebezpieczną sytuację – uczestnicy pokazują jak się można zachować, na co należy zwrócić uwagę; prowadzący wskazują jakie zachowanie jest najwłaściwsze w danej sytuacji (scenki „z życia mieszkańców DPS, sytuacje codzienne”).

### **Podsumowanie:**

Uczestnicy wizyty odnieśli się do niej z dystansem, zakres prac zaskoczył uczestników, nie spodziewali się tylu obowiązków wypełnianych podczas ewentualnej pracy np. na stanowisku asystenta. Zaskoczeniem był również obowiązek dbania o otoczenie budynku (tereny zielone, prace techniczne). Zauważono u uczestników brak entuzjazmu i przytłoczenie psychiczne wrażeniami z wizyty studyjnej.

### **Scenariusz zajęć podsumowujący zrealizowaną wizytę studyjną w Domu Pomocy Społecznej w Radomiu (cykl zajęć).**

**Tematyka:** wiąże się z usprawnianiem funkcji poznawczych, manualnych i koordynacji wzrokowo – słuchowej oraz ruchowej.

#### **Cele:**

Reagowanie na polecenia słowne. Doskonalenie wiadomości oraz umiejętności z zakresu leksyki. Rozwijanie sprawności manualnych.

#### **Metody pracy:**

Pogadanka. Burza mózgów. Elementy metody integracji sensorycznej. Metoda ćwiczeń praktycznych.

Projekt „Chcemy pracować – innowacje w zakresie usług opiekuńczych dla osób zależnych” współfinansowany ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego IV Oś Priorytetowa Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój, Działanie 4.1: Innowacje społeczne

  
Za zgodność  
z oryginałem



spotkania przedstawiono prezentację multimedialną dotyczącą rynku pracy i funkcjonowania urzędu; przekazano liczne ulotki i materiały z omawianego zakresu; skupiono się na zasadach zatrudniania osób niepełnosprawnych, o przywilejach pracowniczych. Ponadto oprócz informacji odnośnie sfery zawodowej i planów zawodowych uczestników (w tym ich predyspozycji i możliwości), omówiono także kwestię czynności biurowych wykonywanych w urzędzie. Młodzież zatem została zapoznana z m.in. obiegiem dokumentacji, z konstrukcją pism urzędniczych, obsługą drukarek, skanera i ksero. Podczas spotkania rozmawiano o miejscowych przedsiębiorstwach, w których zatrudnia się osoby niepełnosprawne, okazano przykładowe oferty pracy dla osób posiadających orzeczenie o niepełnosprawności.

### **Część teoretyczna:**

Spotkania zostały przeprowadzone według przedstawionego scenariusza.

Oprócz powyższego omawiano następujące tematy:

1. Czy chciałbym pracować w biurze/w urzędzie?
2. Moja praca w biurze/ w urzędzie – perspektywy, motywacja, możliwości.
3. Jakie są wady i zalety pracy w biurze/w urzędzie.
4. Opis czynności biurowych ze wskazaniem zachowań niebezpiecznych pod kątem BHP.
5. Urządzenia biurowe – przydatność, funkcje, obsługa (w tym opis umiejętności obsługi urządzeń).
6. Jak obsłużyć petenta w urzędzie (w tym „Moje doświadczenia z urzędów”).
7. Zasady pisania CV.
8. Zasady zachowania podczas rozmowy kwalifikacyjnej (w tym np. stosowny ubiór).
9. Moje zainteresowania, możliwości, predyspozycje i plany zawodowe.
10. Praca zarobkowa a wolontariat (różnice, podobieństwa, zainteresowanie).
11. Zasady BHP w odniesieniu do poszczególnych czynności wykonywanych w biurze na danym stanowisku pracy.



12. Odgrywanie scenek – prowadzący zajęcia opisują potencjalną sytuację w biurze/w urzędzie – uczestnicy pokazują jak się można zachować, na co należy zwrócić uwagę; prowadzący wskazują jakie zachowanie jest najwłaściwsze w danej sytuacji.

### **Podsumowanie:**

Potencjalna praca w urzędzie nie spotkała się z dużym zainteresowaniem, natomiast praca biurowa wzbudziła entuzjazm, gdyż była kojarzona z obsługą komputera. Uczestnicy wyrażali obawę, czy nie zgubią dokumentów, czy będą potrafili skonstruować pisma, stąd więcej uwagi poświęcili obsłudze urządzeń biurowych, co w ich zdaniem było dużo ciekawsze. Młodzież wyraziła zaskoczenie, gdy specjalista BHP opisywał zagrożenia i niebezpieczne sytuacje mogące się pojawić

nawet w pracy w biurze.

### **Scenariusz zajęć podsumowujący zrealizowaną wizytę studyjną w Powiatowym Urzędzie Pracy w Radomiu (cykl zajęć):**

**Tematyka:** wiąże się z usprawnianiem funkcji poznawczych, manualnych i koordynacji wzrokowo – słuchowej oraz ruchowej.

**Cele:** Właściwe reagowanie na polecenia słowne. Doskonalenie wiadomości oraz umiejętności z zakresu leksyki. Rozwijanie sprawności manualnych. Rozwijanie sprawności poznawczych.

**Metody pracy:** Pogadanka. Burza mózgów. Elementy metody integracji sensorycznej. Metoda ćwiczeń praktycznych.

**Pomoce dydaktyczne:** muzyka, papier, kredki, ołówki, zdjęcia, słowniki, materiały poglądowe otrzymane podczas wizyty studyjnej.

#### **Inne czynności:**

Rysowanie i malowanie różnych instytucji i urzędów (wielość znaczeniowa).

Praca na bazie materiałów poglądowych otrzymanych z PUP-u.

#### **Przebieg zajęć:**

1. Powitanie grupy.
2. Określenie swojego samopoczucia na podstawie rysunku, omówienie go.

  
Za zgodność  
z oryginałem  
2018-06-27



3. Określanie wrażeń związanych z miejscem odbytej wizyty studyjnej.
4. Rozwiązywanie skrótów związanych z miejscem zrealizowanej wizyty studyjnej.
5. Słuchacze ustawiają się jeden za drugim i przekazują sobie wzajemnie rysunek wykonany dłonią na plecach, „ostatni słuchacz” zgaduje co to za rysunek.
6. Plastyczna działalność młodzieży związana z funkcjonowaniem PUP-u.
7. Praca z różnymi słownikami: języka polskiego, synonimów, wyrazów obcych (definicja rzeczowników urząd, powiat, praca, wyszukiwanie wyrazów bliskoznacznych do nich).
8. „Co to za urząd?” – słuchacze losują ilustrację przedstawiającą dany urząd. Gestem, mimiką, ruchem mają go tak przedstawić, aby pozostałe osoby mogły go odgadnąć.
9. Zakończenie – podziękowanie za pracę oraz wystawka prac.

## WIZYTA STUDYJNA W SZPITALU

Moduł dotyczący wizyty studyjnej podzielono na 2 rodzaje zajęć. W ramach zajęć praktycznych uczestnicy testowanej innowacji wraz z opiekunami odbyli wizytę w Samodzielnym Wojewódzkim Publicznym Zespole Zakładów Psychiatrycznej Opieki Zdrowotnej im. dr Barbary Borzym w Radomiu. Natomiast w ramach zajęć teoretycznych odbyły się spotkania, podczas których omawiano tematy związane z daną wizytą.

### Część praktyczna:

Z uwagi na charakter placówki możliwe było jedynie spotkanie i rozmowa z dyrektorem, który pokrótce naświetlił specyfikę funkcjonowania szpitala, przedstawił zasady pracy służb porządkowych i innych związanych z obsługą pacjentów. Uczestnicy zostali zapoznani z pracami wykonywanymi w bloku żywienia (organizacja wyżywienia, wydawanie posiłków), z pracami technicznymi (naprawy) i porządkowymi w pomieszczeniach na terenie szpitala. W trakcie omawiania tej wizyty podnoszona była tematyka ewentualnej pracy w administracji, służbach porządkowych, przy przygotowywaniu i wydawaniu posiłków.

### Część teoretyczna:

Spotkania zostały przeprowadzone według przedstawionego scenariusza.

  
Za zgodność  
z oryginałem



Oprócz powyższego omawiano następujące tematy:

1. Jaki jest zakres prac wykonywanych w szpitalu.
2. Wady i zalety pracy w szpitalu.
3. Czy chciałbym pracować w szpitalu?
4. Moja praca w szpitalu – perspektywy, motywacja, możliwości.
5. Zasady BHP w odniesieniu do poszczególnych czynności wykonywanych na danym stanowisku w szpitalu (odzież ochronna, higiena pracy na danym stanowisku, higiena osobista, bezpieczne zachowania na danych stanowiskach).
6. Odgrywanie scenek – prowadzący zajęcia opisują potencjalnie niebezpieczną sytuację – uczestnicy pokazują jak się można zachować, na co należy zwrócić uwagę; prowadzący wskazują jakie zachowanie jest najwłaściwsze w danej sytuacji (scenki obrazujące pobyt w szpitalu, możliwe zachowania pacjentów).

### **Podsumowanie:**

Ze względu na specyfikę szpitala oraz przebywających tam pacjentów miejsce to jako miejsce pracy (na jakimkolwiek z zaproponowanych przez prowadzących zajęcia stanowiskach) nie wzbudziło większych zainteresowań u młodzieży biorącej udział w wizycie studyjnej.

### **Scenariusz zajęć podsumowujący zrealizowaną wizytę studyjną w Samodzielnym Wojewódzkim Publicznym Zespole Zakładów Psychiatrycznej Opieki Zdrowotnej w Radomiu (cykl zajęć):**

**Tematyka:** wiąże się z usprawnianiem funkcji poznawczych, manualnych i koordynacji wzrokowo – słuchowej oraz ruchowej.

**Cele:** Właściwe reagowanie na polecenia słowne. Doskonalenie wiadomości oraz umiejętności z zakresu leksyki. Rozwijanie sprawności manualnych. Rozwijanie sprawności poznawczych.

Za zgodność  
z oryginałem



**Metody pracy:** Pogadanka. Burza mózgów. Elementy metody integracji sensorycznej. Metoda ćwiczeń praktycznych.

**Pomoce dydaktyczne:** muzyka, papier, kredki, ołówki, zdjęcia, słowniki, materiały poglądowe otrzymane podczas wizyty studyjnej.

**Inne czynności:** Rysowanie i/lub malowanie różnych zakładów opieki zdrowotnej (lub oddziałów). Praca na bazie materiałów poglądowych otrzymanych ze szpitala.

**Przebieg zajęć:**

1. Powitanie grupy.
2. Określenie swojego samopoczucia na podstawie rysunku, omówienie go.
3. Określanie wrażeń związanych z miejscem odbytej wizyty studyjnej.
4. Przypomnienie zakresu funkcjonowania zespołu, jego struktury oraz prac wykonywanych na niskim szczeblu.
5. Rozwiązywanie skrótów związanych z miejscem zrealizowanej wizyty studyjnej.
6. Słuchacze ustawiają się jeden za drugim i przekazują sobie wzajemnie rysunek wykonany dłonią na plecach, „ostatni słuchacz” zgaduje co to za rysunek.
7. Plastyczna działalność młodzieży związana z funkcjonowaniem szpitala.
8. Praca z różnymi słownikami: języka polskiego, synonimów, wyrazów obcych (definicja rzeczowników szpital, województwo, opieka, zdrowie, psychiatria, wyszukiwanie wyrazów bliskoznacznych do nich).
9. „Jaki to szpital (lub oddział)?” – słuchacze losują ilustrację przedstawiającą dany szpital (lub oddział szpitalny). Różnymi sposobami mają go tak przedstawić, aby pozostałe osoby mogły go odgadnąć.
10. Zakończenie – podziękowanie za pracę, wystawka prac grupy.

### 13. KARTA INWENTARYZACJI OSOBISTYCH ZAINTERESOWAŃ I PREFERENCJI ZAWODOWYCH (IOZiPZ)

W przypadku osób zależnych intelektualnie istotnym problemem jest właściwe określenie ich predyspozycji i zainteresowań zawodowych. Zaproponowane przez Stowarzyszenie Dziedzictwo Jagiellońskie rozwiązanie miało na celu poznanie zainteresowań i preferencji zawodowych uczestników testowanej innowacji w oparciu o zebrane i zawarte w przygotowanej na potrzeby innowacji karcie informacje (IOZiPZ). Celem tego działania było



utworzenie niestandardowego dokumentu, który gromadzi informacje (na temat podopiecznego) przekazane przez poszczególnych specjalistów. Sumą tych informacji może być materiał użyty do głębokiej analizy poznawczej uczestnika i wyłuszczenie wskazań do ewentualnego przygotowania zawodowego. Działania te są niezbędne, aby w przyszłości uniknąć rozczarowań wynikających z braku zainteresowania wyuczonym zawodem, czy wykonywaną pracą. Bardzo ważnym czynnikiem zawodowym w przypadku osób z dysfunkcją intelektualną jest fakt, aby wykonywana praca była zgodna z ich zainteresowaniami, gdyż zmniejsza to monotonię, ogranicza znużenie i brak koncentracji przy wykonywanych czynnościach zawodowych.

Opracowana karta daje możliwość pokazania rodzicom/opiekunom osób zależnych innego od dotychczasowego sposobu spojrzenia na swoich podopiecznych. Jest to pokazanie kompleksowego spojrzenia specjalistów, co w efekcie pomoże rodzicom/opiekunom w większym stopniu zrozumieć podopiecznych i ułatwić ich współpracę.

### Karta inwentaryzacji osobistych zainteresowań i preferencji zawodowych (IOZ i PZ)

Innowacja "Inkubator aktywności społeczno – zawodowej osób zależnych jako wsparcie dla rodziców i opiekunów

Imię /nazwisko uczestnika .....

Analizowany zakres	Informacje uzyskane podczas zajęć
Stopień zrozumienia poleceń	



Aktywność podczas zajęć	
Zainteresowania zawodowe	
Predyspozycje zawodowe	
Zainteresowania pozazawodowe	
Zaobserwowane umiejętności	
Pozostałe uwagi	

## Ja i moja rodzina

**I. Napisz kilka zdań o sobie ( ile masz lat, gdzie mieszkasz, gdzie chodziłeś do szkoły )**

.....  
...

**II. Moja rodzina: Napisz kilka zdań o każdym członku rodziny ( ile ma**



lat, czy pracuje, jaki ma zawód, gdzie się uczy.)

Mama.....

.....

Tato.....

.....

Rodzeństwo.....

III. Co najbardziej lubisz robić i  
dlaczego.....

.....

.....

IV. Czego najbardziej nie lubisz robić i  
dlaczego?.....

.....

.....

V. Czy lubisz swój dom. Napisz, dlaczego jeśli go lubisz, ale też dlaczego,  
jeśli go nie lubisz.

.....

VI. Co Cię najbardziej złości w  
domu.....

.....

VII. Z kim z domowników najlepiej się bawisz i spędzasz miło czas?

.....

VIII. Co robisz, gdy jest Ci smutno?

.....


IX. Co chciałbyś robić w  
przyszłości?.....

.....

X. Czy masz przyjaciół i kolegów? Napisz coś o nich

.....

Twoje Imię i nazwisko.....

  
Za zgodność  
z oryginałem